



圧力IH炊飯ジャー 極め炊き®

型名 NP-BS10 型 1.0Lサイズ
NP-BS18 型 1.8Lサイズ

取扱説明書・お料理ノート

●圧力IH炊飯ジャーは内部が高圧になるため、取り扱いを誤ると危険です。この取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。



- このたびは、お買い上げいただき、まことにありがとうございます。ございました。
- お読みになったあとは、大切に保管してください。

保証書つき

圧力IH炊飯ジャー保証書

持込修理

取扱説明書、本体表示などの注意書きに従った使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理いたします。製品と本書をご持参のうえ、お買い上げの販売店にお申しつけください。製品のある場所での出張修理や製品輸送の場合は、出張料や輸送料などの実費を申し受けます。

型名	NP-BS10/NP-BS18		修理メモ
※お客様	お名前	☎	
	ご住所	〒	
※お買い上げ日	※販売店名・住所		
年 月 日			
保証期間 お買い上げ日より 本体1年 なべフッ素加工 3年	☎		

※印欄に記入のない場合は無効となりますので、必ずご確認ください。
なべを交換される場合は右記の部品番号をご連絡ください。[なべ(1.0Lサイズ)B372-6B・なべ(1.8Lサイズ)B373-6B]

- ご転居・ご贈答品などでお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合は、弊社のお客様ご相談窓口にご連絡ください。
- 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。
 - (イ)使用上の誤りや不当な修理・改造による故障および損傷。
 - (ロ)お買い上げ後の輸送・移動・落下などによる故障および損傷。
 - (ハ)火災・地震・水害・落雷・その他の天災地変、公害・塩害・ガス害(硫化ガスなど)、異常電圧・指定外の使用電源(電圧・周波数)などによる故障および損傷。
 - (ニ)一般家庭用以外(たとえば業務用など)に使用された場合の故障および損傷。
 - (ホ)車両・船舶などに搭載された場合の故障および損傷。
 - (ヘ)本書のご提示がない場合。
 - (ト)本書にお買い上げ年月日・お客様名・販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書きかえられた場合。
 - (チ)消耗品などの交換。
 - (リ)下記の使用方をした場合のなべ内面フッ素加工のふくれ・はがれなど。
 - ・食器洗いのため、スプーンや食器などがたいものを入れたり、洗ったりした場合。
 - ・なべのお手入れに、たわしやみがき粉などを使った場合。
 - ・なべの中で酢を使った場合。
 - ・お買い上げ後の落下や輸送などで生じたへこみ。
 - ・その他取扱説明書・本体貼付ラベルなどの記載事項にそわない使用方をした場合。
- 本書は日本国内においてのみ有効です。
This warranty is valid only in Japan.
- 本書は盗難・火災などの不可抗力以外で紛失された場合は再発行いたしませんので大切に保管してください。

- お客様にご記入いただいた記載内容は、保証期間内のサービス活動およびその後の安全点検活動のために利用させていただきます。場合がございしますので、ご了承ください。
- この保証書は、本書に明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、この保証書によって保証書を発行している者(保証責任者)およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にお問い合わせください。

象印マホービン株式会社

〒530-8511 大阪市北区天満1丁目20番5号 ☎(06)6356-2451

圧力炊飯するため PSCマーク・SGマーク取得



PSCマーク

経済産業省が定めた「消費生活用製品安全法」の家庭用の圧力なべ及び圧力がまの安全基準に適合していることを示します。



SGマーク

製品安全協会が定めたSG基準に合格したことを示し、万一製品の欠陥による人身事故が生じた場合、賠償措置がとられます。

NP-BS型 ©BⒶ

もくじ

お使いになるまえに

安全上のご注意	2
玄米活性のお話	5
おいしく炊いて・おいしく保温	5
各部のなまえと扱い方	6

使い方

ご飯の炊き方	
基本的な炊き方	8
いろいろなご飯を炊く	11
低め保温 高め保温	13
保温見張り番について	13
タイマー予約炊飯	14
あったか再加熱	16
時刻の合わせ方	17
報知音の種類と切りかえ方	17

お料理ノート

胚芽精米のご飯 麦混ぜご飯	18
五目ご飯	18
山菜おこわ 赤飯	19
七草がゆ 玄米の炊きこみご飯	20

お手入れ

お手入れ	21
------	----

困ったときに

故障かなと思ったとき	26
こんな表示をしたとき	28
こんなときは	29
部品の交換・購入について	29
アフターサービス	30
お客様ご相談窓口	30
仕様	31
保証書	裏表紙

安全上のご注意 必ずお守りください

お使いになる人や他の人への危害、財産の損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■誤った使い方をしたときに生じる危険や損害の程度を、次の区分で説明しています。

警告 死亡や重傷に結びつく恐れがある内容です。

注意 軽傷または家屋・家財などの損害に結びつく恐れがある内容です。

■お守りいただく内容を、次の区分で説明しています。

❌ してはいけない「禁止」内容です。

❗ 実行しなければならない「指示」内容です。

警告

圧力炊飯を安全にするために 炊飯中に圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です。

内容物がふき出して、やけど・けがをする恐れがあります。

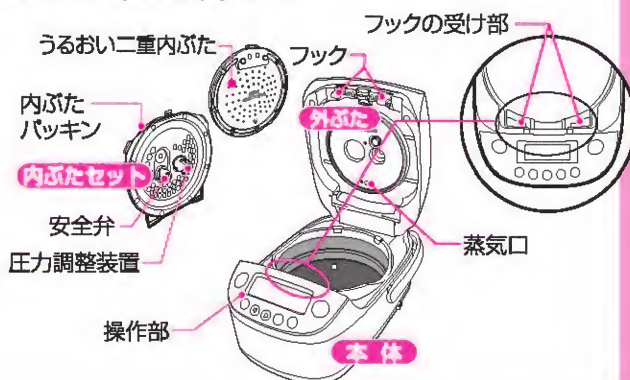
- ❌ **取扱説明書・お料理ノートに記載の炊飯・保温以外の用途に使わない**
蒸気経路が詰まり、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気もれしたり、外ぶたが開く恐れがあります。
- ・分量の増えるねりもの(はんぺんなど)や煮豆などの豆類を主に使う料理
(赤飯はあずきを先にゆでてから調理してください。)
 - ・急激に泡の出る重そうなどを使う料理
 - ・のり状になるカレーやシチューのルーなどの料理
 - ・多量の油を入れる料理
 - ・ジャムなどの泡立つ料理
 - ・食材をポリ袋などに入れて加熱する料理
 - ・クッキングシートなどの落としぶたを入れた料理や蒸し物
 - ・「七草がゆ」などの青菜入りのおかゆは最初から青菜を入れて炊かない

圧力炊飯中は絶対に外ぶたを開けたり移動させない

❗ **圧力炊飯まえに、フックの周囲・フックの受け部・本体と外ぶたの間・内ぶたパッキン・圧力調整装置・安全弁・うるおい二重内ぶた・蒸気口の周囲にご飯粒や米粒などの異物がないことを確認し、外ぶたは「カチッ」と音がするまで確実に閉める**

- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気もれしたり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。また、安全のため炊飯を受けつけないことがあります。
- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが開かなくなることがあります。

炊飯の途中で外ぶたを開ける場合は、操作部の圧力表示が消えているのを確認してから、外ぶたを開ける



● お買い上げの製品と本書に記載したイラストは異なることがあります。

警告

❌ **改造はしない。また、修理技術者以外の人とは分解したり修理をしない**
火災・感電・けがの原因になります。修理はお買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にご相談ください。

❌ **蒸気口に手を触れない** やけどをすることがあります。
特に乳幼児にはさわらせないようにご注意ください。

❌ **ぬれた手で差込みプラグを抜き差ししない** 感電・けがをすることがあります。

❌ **水につけたり、水をかけたりしない 本体内部にも水を入れない** ショート・感電の恐れがあります。

❌ **コードや差込みプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない**
感電・ショート・発火の原因になります。

コードを傷つけない

無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、挟み込んだり、加工したりするとコードが破損し、火災・感電の原因になります。

交流100V以外では使用しない 火災・感電の原因になります。

差込みプラグに蒸気を当てない

コンセントに差した差込みプラグに蒸気を当てるとショート・発火の原因になります。スライド式テーブルでは差込みプラグに蒸気が当たらない位置でお使いください。

吸・排気口やすき間にピンや針金および金属物などの異物を入れない

感電・異常動作してけがをすることがあります。

子供だけで使わせたり幼児の手の届くところで使わない
やけど・感電・けがをする恐れがあります。

❗ **差込みプラグはコンセントの奥までしっかり差し込む** 感電・ショート・発煙・発火の原因になります。

定格15A以上のコンセントを単独で使う

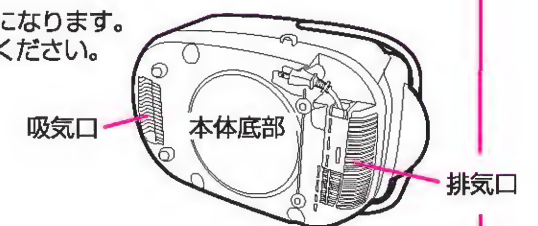
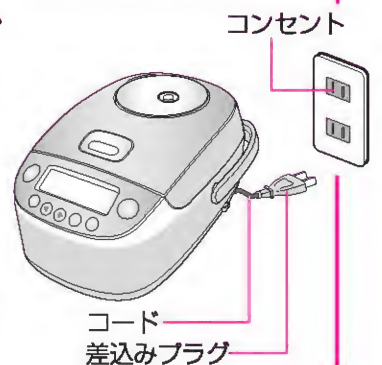
他の器具と併用すると分岐コンセント部が異常発熱して発火することがあります。

差込みプラグの刃(プラグの先端)および刃の根元にほこりが付着している場合は、よくふく
火災の原因になります。

異常・故障時には直ちに使用を中止する そのまま使用すると発煙・発火・感電・けがに至る恐れがあります。

- 〈異常・故障例〉
- ・ 差込みプラグ・コードが異常に熱くなる
 - ・ コードに傷がついたり、触れると通電したりしなかったりする
 - ・ 本体が変形したり、異常に熱い
 - ・ 本体から煙が出たり、焦げくさいにおいがする
 - ・ 本体の一部が割れたり、ゆるみやがたつきがある
 - ・ 炊飯中、底部のファンが回っていない など

このような場合は、すぐに差込みプラグを抜いて、販売店に必ず点検・修理を依頼する

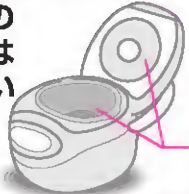


安全上のご注意 つづき

注意



使用中や使用直後は、高温部に触れない
また外ぶたを開けるときの
蒸気、ご飯をほぐすときには
手がなべなどに当たらない
ように注意する
やけどの原因になります。



特に内ぶたセット、
なべなどの金属部

本体を持ち運ぶときは、プッシュボタンに
触れない
外ぶたが開いて、けが・やけどをする
ことがあります。



プッシュボタン



水のかかるところや、火気の近くでは使用
しない
感電・漏電・変形の原因になります。
専用なべ以外は使用しない
なべが過熱したり、異常動作の原因になります。

荷重強度が不足しているスライド式テーブル
では使わない
スライド式テーブルが破損して炊飯ジャーが落下し、
けが・やけどの原因になります。
荷重強度は、1.0Lタイプで15kg以上、1.8Lタイプで
20kg以上のものをお使いください。

本製品は蒸気セーブメニューがありますが、全く
蒸気が出ないわけではありません
不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使用しない
火災の原因になります。
アルミシート・電気カーペットの上で使用しない
アルミ材が発熱し、発煙・発火の原因になります。

壁や家具の近くで使わない。キッチン用収納棚など
で使うときは、中に蒸気がこもらないようにする
蒸気または熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因になり
ます。



使用時以外は、差込みプラグをコンセントから抜く
けが・やけど・絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。

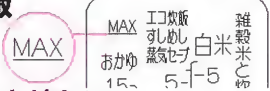


お手入れは冷めてから行う
高温部に触れ、やけどの恐れがあります。
差込みプラグを抜くときは、コードを
持たずに必ず先端の差込みプラグを
持って引き抜く
感電・ショートして発火することがあります。

コードを巻き取るときは差込みプラグを持って
行う
差込みプラグが当たって、けがをすることがあります。
心臓ペースメーカーなどをお使いの方は、本製
品のご使用にあたって医師とよくご相談ください
本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることが
あります。

お願い

磁気にも弱いものを近づけない
テレビ・ラジオ・インターホン・無線機・電話などは、雑音の
入る恐れがあります。キャッシュカード・自動改札用定期券・
カセットテープなどは、記憶が消える恐れがあります。
本体(特に蒸気口)には、ふきんなどをかけない
本体や外ぶたなどの変形・変色の原因になります。
なべの3分の2(なべに表示しているMAXの
線)以上に水を入れて炊飯
しない
なべに傷をつけたり変形させない
うまく炊けない原因になります。
本体庫内やなべにご飯粒や米粒などの異物が
ついたまま使用しない
うまく炊けない原因になります。



空だきをしない 故障の原因になります。
水をかけたり水分を含んだものの上に置かない
感電・故障の原因になります。
IHクッキングヒーターの上で使わない
故障の原因になります。
直射日光が当たる所で使わない
変色の恐れがあります。
他の電気機器に蒸気が当たる場所では使用しない
蒸気により、電気機器の火災・故障・変色・変形の原因になります。
吸・排気口をふさぐような場所(紙・布・じゅうたん・
ビニール袋・アルミシートなどの上)で使わない
故障の原因になります。

玄米活性のお話

●この製品では玄米を炊くことができます。また、玄米を活性化させ栄養価を高める炊き方として「玄米活性」メニューが選べます。

玄米活性メニュー

「玄米活性」メニューを選んで玄米を炊飯すると、まず玄米を活性化させる工程に入り、その後、自動的に通常の玄米炊飯工程に移ります。玄米を活性化させる工程では、なべ内の温度を約40℃で約2時間維持しますので、炊き上がりまで時間がかかります。→P.12「炊き上がりまでの時間の目安」参照
玄米が活性化することにより栄養素の一つである※ギャバ(ガンマアミノ酪酸)の量が元の玄米の約1.5倍に増加します。また、通常の玄米炊飯に比べてやわらかく食べやすくなります。
※ギャバとは…ギャバ(ガンマアミノ酪酸)はアミノ酸の一種で血圧を下げたり、神経を鎮める効果があるといわれています。

おいしく炊いて・おいしく保温

おいしく炊く

- 米を正しく計る
必ず付属の計量カップすりきりで計ります。計量米びつや市販のカップ(200mL)では、差が出ます。
- 手早く洗う 米を手早く「洗う」ために、水をためるボウルを用意してください。
 - ①すすぐ…最初はたっぷりの水で大きく2〜3回かき混ぜ(約10秒以内)、水はすぐに捨てる(2回繰り返す)
 - ②洗う…手の指を立て、米を30回(約15秒)かき混ぜるようにして洗い、その後たっぷりの水で大きくかき混ぜ、水はすぐに捨てる
これを1セットとして2〜4セット繰り返す
 - ③すすぐ…最後にたっぷりの水で手早く2回すすぐ
(①〜④を10分以内で行えるようにする)
- 正しく水加減をする

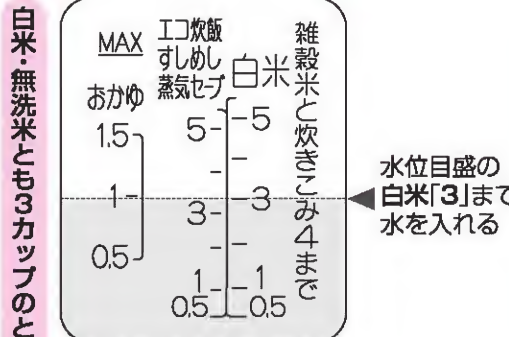


ボウルにためた
たっぷりの水を
使ってすすぐ!

指を立て、かき
混ぜるように
洗う!

米の種類	軟質米・胚芽精米	新米	古米・硬質米
水加減	水位目盛どおり	水位目盛より少なめ	水位目盛より少し多め※

- ※「水位目盛より少し多め」で炊くときは、ふきこぼれ防止のため、
「ややもちもち」メニューで炊いてください。
- アルカリ度の強い水を使わない
アルカリ度の弱い水(pH9以下)を使用してください。
黄変したり、べたついたご飯になります。
- 炊き上がったら、すぐにほぐす
余分な水分が逃げて、ふっくらおいしくなります。
炊き上がり10分以内が目やすです。そのままにしておくとお飯が
かたまったり、べたついたり、焦げたりします。

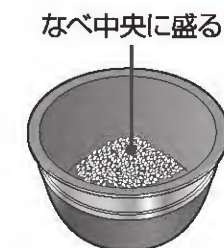


●上の水位目盛は1.0Lサイズ

水位目盛の
白米「3」まで
水を入れる

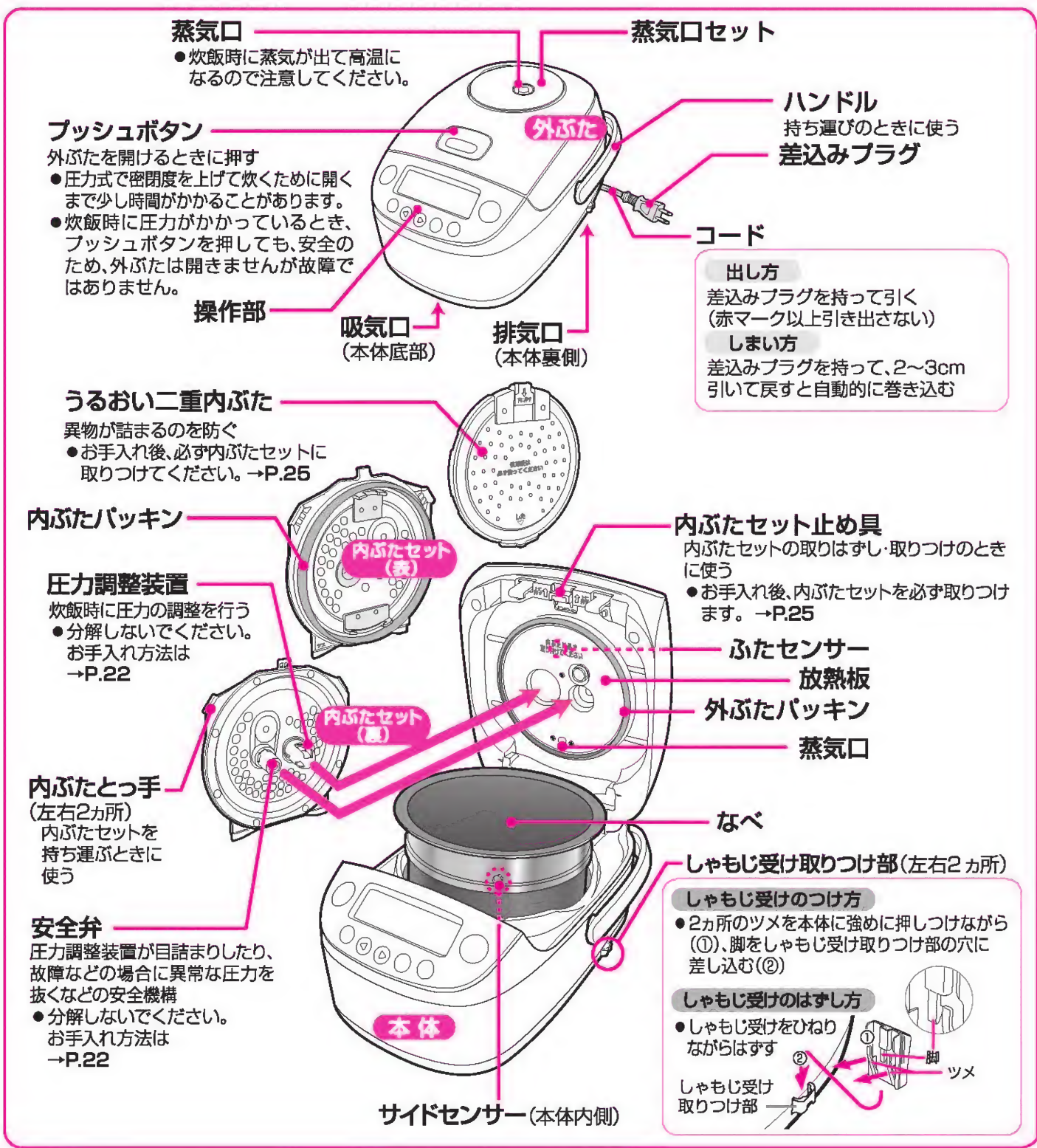
おいしく保温

- なべの中でご飯を保存する場合は、必ず保温機能を使う
 - 差込みプラグを抜いた状態、または、保温を取り消した状態で保温機能を使わずになべの中でご飯を保存すると
いやなおい原因になります。
- ご飯の乾燥・べちゃつき・いやなおい・変色を防ぐために、このような保温はしない
 - 少量のご飯を長時間保温
 - 24時間(「高め保温」では12時間)以上
 - ご飯のつぎだし
 - 冷めたご飯からの保温
 - 炊きこみ・おこわなどの具や調味料を加えて炊いたご飯
 - コロッケ・みそ汁などご飯以外のもの
 - しゃもじを入れたまま
- 少量のご飯はなべ中央に盛る
 - 保温するご飯の量が少なくなった場合は、乾燥したり、べちゃつきやすくなりますので、なべ中央
に盛って保温してください。



なべ中央に盛る

各部のなまえと扱い方

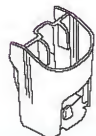


付属品

しゃもじ



しゃもじ受け



計量カップ



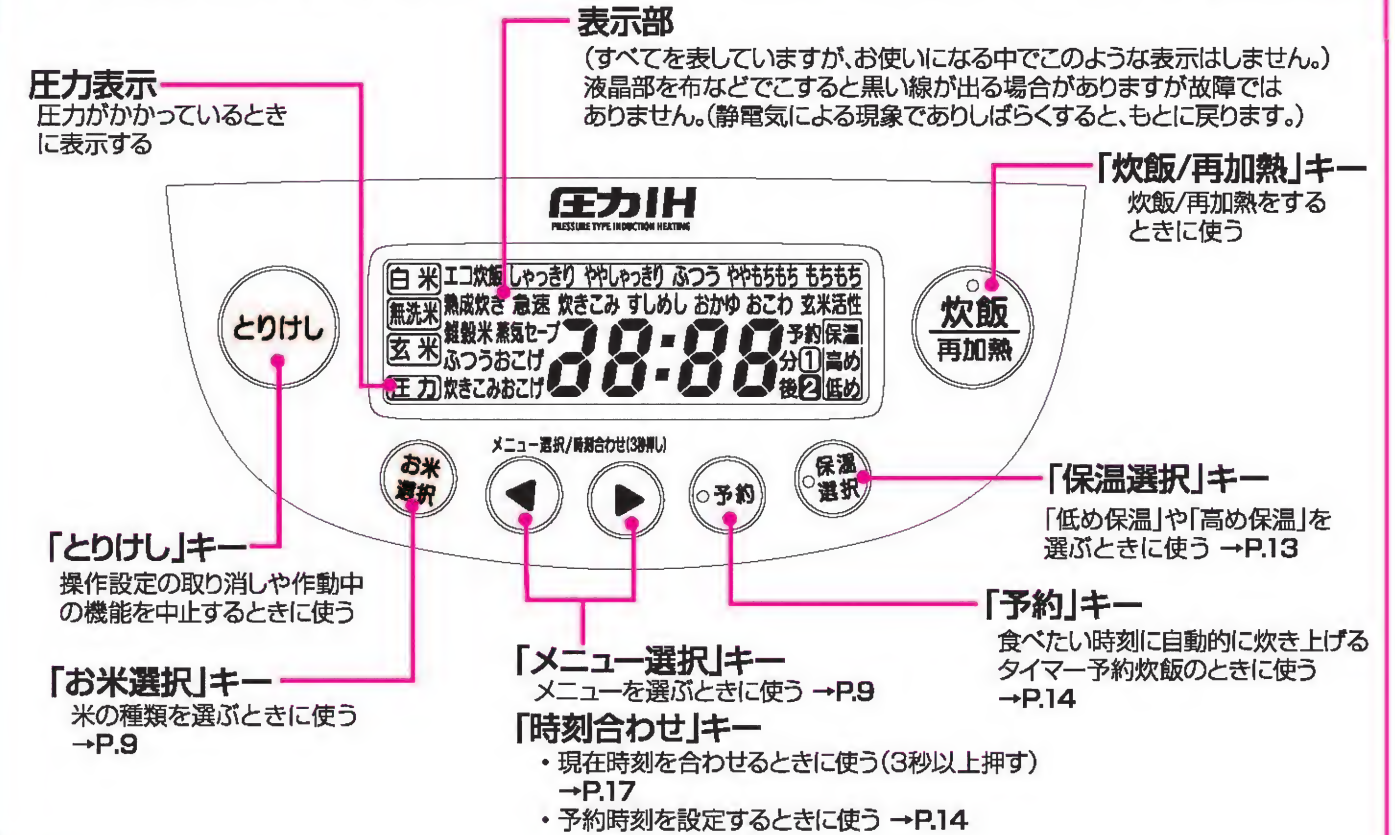
白米用
約180mL(約1合)



無洗米専用
約171mL(約1合)

操作部

- キーは確実に押してください。
- 報知音の変化や、「炊飯/再加熱」キー、「とりけし」キー中央の(●、—)は、目の不自由な方へ配慮したものです。



ポイント なべを傷めないために

なべのフッ素被膜は傷がつくと、はがれる原因になりますので、ていねいな取り扱いをお願いします。
フッ素被膜を傷めないために次のことをお守りください。

〈準備のとき〉

- 米に混じっている異物(石など)を取り除いてから米を洗う
- 泡立て器などで洗米しない
- 金属製のざるをあてて洗米しない
- 炊飯ジャー以外では使わない

〈炊き上がったとき〉

- なべで酢を混ぜない(すしめしなど)
- 金属製のおたまは使わない(おかゆなど)
- たたいたりしない(よそうときなど)

〈お手入れのとき〉

- スプーンや食器類を入れない
- 調味料を使った場合は、すぐに洗う
- スポンジなどの柔らかいもので洗う
- シンナー・ベンジン・みがき粉・たわし類(ナイロン・金属製など)・漂白剤などを使わない

お知らせ

なべのフッ素被膜は使用により消耗します。

- 色むらができたり、はがれることがありますが、性能や衛生上の支障はありません。人体への影響(害)はなく、炊飯・保温をするうえで問題なくご使用いただけます。
- フッ素被膜のはがれが気になるときや、なべが変形したときは、購入できます。→P.29



ご飯の炊き方

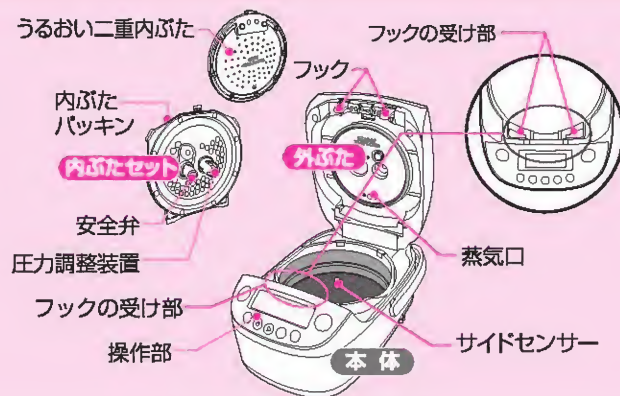
基本的な炊き方

●初めてお使いになるときは、なべ・内ぶたセット・うるおい二重内ぶた・蒸気口セット・付属品を洗ってください。→P.21~P.25

1 炊飯まえに確認する

右図の各部にご飯粒や米粒などの異物が付着しているときはお手入れをしてください。→P.22

- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気が出たり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。また、安全のため炊飯を受けつけないことがあります。



2 付属の計量カップで米を計る

米の計量は、付属の計量カップを用い、すりきりで計ります。

白米・玄米・発芽玄米



無洗米



3 米を洗って、水加減をする

米の洗い方 →P.5「おいしく炊く/手早く洗う」参照

平らな台の上で、炊きたいメニューの目盛に合わせて水を入れてください。→P.11

米を平らにならします。

水の量は、米のカップ数に合わせてください。

- 水に浸さなくてもすぐに炊けます。浸しておくと、少しやわらかめに炊き上がります。

無洗米の場合

無洗米のひと粒ひと粒が水になじむように、2~3回やさしくかき混ぜてから水加減をする

水位目盛は、白米の場合と同じです。

- 無洗米は、精米製法などにより米の表面にデンプン質が多く残っている場合があります。米のデンプン質で、水が白くにごっていると焦げ・ふきこぼれ・炊き上がりが悪くなる原因になります。白くにごるときは、1~2度水を入れかえてすすぎます。

4 なべを本体に入れて、内ぶたセットとうるおい二重内ぶた、蒸気口セットを取りつけ、外ぶたを閉める

なべ外側や本体庫内の水分や異物をふき取り、なべを本体に入れます。

- 圧力式の炊飯のためパッキンの密閉度が高く、外ぶたを閉めるときにかたいことがあります。外ぶたは「カチッ」と音がするまでしっかりと確実に閉めてください。

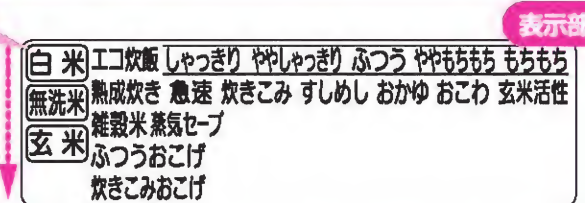
5 差込みプラグを差し込む

6 お米選択を押して、米の種類を選ぶ

- 工場出荷時は「白米」に設定されています。

キーを押すごとに、表示部が「白米」→「無洗米」→「玄米」の順に点滅しながら移動します。

文字が点滅しながら移動



選択した米の種類により、表示されるメニューはかわります。→P.11
わかりやすいようにすべてのメニューを表示しています。

米の種類



7 ◀ または ▶ を押して、メニューを選ぶ

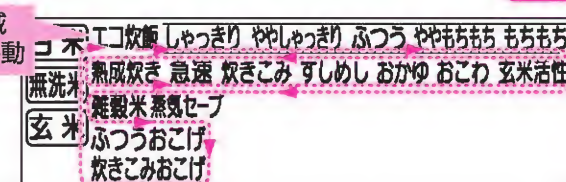
選択できるメニュー、各メニューの特徴などの詳細はP.11~P.12を参照願います。

- 工場出荷時は「エコ炊飯」に設定されています。

キーを押すごとに表示部のメニューが点滅しながら切り替わります。

- ▶ キーで矢印の方向へ進みます。

文字が点滅しながら移動



選択した米の種類により、表示されるメニューはかわります。→P.11
わかりやすいようにすべてのメニューを表示しています。

- ◀ キーを押すと上の矢印の逆回りになります。

- キーを押し続けると、メニューが連続で進みます。米の種類が白米・無洗米のときは「エコ炊飯」、玄米のときは「ふっふ」に戻ると止まります。
- 一度選んで炊飯すると次に選び直して炊飯するまで記憶されるメニューと、記憶されないメニューがあります。→P.11「いろいろなご飯を炊く」参照

もちもち度の選択

- 白米や無洗米のもちもち度(炊くときの粘りと弾力の程度)を次の5段階で炊きわたることができます。

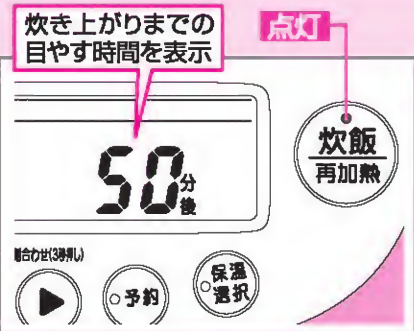
しゃっきり ややしゃっきり ふっふ ややもちもち もちもち
もちもち度弱め ← → もちもち度強め

ご飯の炊き方

8 炊飯再加熱を押す

炊飯/再加熱ランプが点灯し、炊飯開始のメロディー(ブザー)が鳴ります。
表示部に炊き上がりまでの目安時間(分)を表示します。

- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気がもれたり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。また、安全のため炊飯を受けつけないことがあります。
- 外ぶた閉め忘れ報知音が「ビッピッ」×2回鳴ることがありますが、故障ではありません。外ぶたは「カチッ」と音がするまでゆっくりと確実に閉めてください。
- 保温ランプが消えているか確認して「炊飯/再加熱」キーを押してください。保温ランプが点灯していると「再加熱」に入ります。→P.16
- 炊飯中に現在時刻を知りたいときは「時刻合わせ」キーの「▶」または「◀」を押してください。内蔵のリチウム電池が切れて、現在時刻を合わせていないときは、現在時刻は表示されません。



● 炊き上がりまでの残り時間は目安です。実際の炊き上がり時間は、室温・水温・電圧・水加減などによりかわります。

● むらしに入ると炊き上がりまでの残り時間を調整します。調整の際、残り時間が一度に進んだり、戻ったりする場合があります。

9 炊き上がりのメロディー(ブザー)が鳴り、保温に切りかわったらすぐにご飯をほぐす

蒸気が出ないことや「匠力」の表示が消えていることを確認してから外ぶたを開けてください。

炊き上がると自動的に保温に移り、低め保温(または高め保温)を表示します。1時間(h)単位で保温経過時間を表示します。
すぐにほぐして余分な水分を逃がすことで、ご飯のかたまり・べたつきをおさえます。

- ご飯をほぐすときは、やけどに十分注意して行ってください。
- 保温を取り消して、再び保温にすると「0h」の表示に戻ります。
- ご飯ほぐし忘れ報知音が「ビッピッ」×2回鳴ることがありますが、故障ではありません。ご飯をほぐして、外ぶたを閉めてください。
- 炊飯終了時の報知音は他の報知のしかたに切りかえることができます。また、外ぶた閉め忘れ・ご飯ほぐし忘れ報知音はサイレントに切りかえることができます。→P.17



10 使用後は「とりけし」を押す、差込みプラグを抜く

- お願い** 蒸気が出ないことや「匠力」の表示が消えていることを確認してから外ぶたを開けてください。
- 炊飯途中で外ぶたを開けたり、炊飯を止める場合、「とりけし」キーを1秒以上押します。蒸気口から蒸気が勢いよく出ますので注意してください。
 - 「匠力」の表示が消えたあとでも、プッシュボタンが重く感じたら無理に外ぶたを開けず、冷ましてから開けてください。内容物がふき出して、やけどの恐れがあります。
 - 圧力をかけているメニューでは、炊飯開始から約10分で圧力がかかります。圧力がかかり始めてから保温になるまでは、安全のため外ぶたを開けないでください。
- お知らせ**
- 炊飯の状態により、炊き上がったご飯の底面がうすく焦げることがあります。
 - 米をつつみこんで炊くために、ご飯の中央部がややくぼむことがあります。
 - 連続して炊く場合や保温をやめてすぐ炊く場合は50分以上冷ましてください。本体や外ぶたの温度が高いとうまく炊けません。

アドバイス 本体や外ぶたを早く冷めたい場合、下記の方法をお試しください。

- ・なべに冷水を入れ、本体庫内を冷やす
- ・外ぶたを開け、内ぶたセットをはずして放熱板を冷ます

いろいろなご飯を炊く

- 無洗米の計量は、「無洗米専用」の計量カップをご使用ください。
- 無洗米をお使いの場合はP.8「無洗米の場合」参照
- 内のメニューは一度炊飯すると記憶されるメニューです。

お米選択		メニュー	水位目盛	炊飯容量(カップ数)	アドバイス
白米・無洗米	白米	エコ炊飯	エコ炊飯	1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	● 消費電力をおさえてご飯を炊き上げます。少しかために炊き上がります。
		しゃっきり	白米	1.0L:0.5~5.5	● 粘り少なめで、しゃっきりとしたご飯に炊き上げます。
		ややしゃっきり			● 「ふつう」よりもやや低めの圧力で炊き、やや粘り少なめ、弾力おさえめのご飯に炊き上げます。
		ふつう			● この製品の標準のもちもち度に炊き上げます。
		ややもちもち			● 「ふつう」よりもやや高めの圧力で粘り・弾力を引き出して炊き上げます。
		もちもち			● 5つのもちもち度の中で最も高い圧力で炊きます。「ややもちもち」に比べ、より強い粘りや弾力のあるご飯に炊き上げます。
		熟成炊き		1.8L:1~10	● じっくりと時間をかけて米の旨みをひきだすメニューです。
		急速			● 白米を早く炊きたいときに選びます。少しかために炊き上がります。
		炊きこみ		1.0L:0.5~4 1.8L:2~6	● 具は米の質量(重さ)の30~50%が適量です。具は小さめに切り、米の上にのせて米と混ぜずに炊きます。調味料はだし汁や水などで薄めて米に加え、水加減したあと、なべの底からよく混ぜます。薄めなかったり、よく混ぜないと焦げがきつくなったり、うまく炊けないことがあります。
		すしめし	すしめし	1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	
玄米	玄米	おかゆ	おかゆ	1.0L:0.5~1.5 1.8L:0.5~2.5	● 具は米の質量(重さ)の30~50%が適量です。具は小さめに切り、米の上にのせて米と混ぜずに炊きます。煮えにくい具は、やや少なめにしてください。● 青菜類は、あらかじめゆでるなどし、必ず炊き上がってから加えます。● 分づき米は炊けません。
		おこわ	おこわ (もち米と白米を混ぜた場合は少し多め)	1.0L:1~4 1.8L:2~6	● 具は水加減をしたあと、米の上にのせます。● 調味料はだし汁や水などで薄めて米に加え、水加減したあと、なべの底からよく混ぜます。
		雑穀米	白米	1.0L:0.5~4 1.8L:2~6	● 雑穀米を混ぜる割合は、炊飯量の10%以下にします。● 雑穀の種類や配合によってかたさが異なります。
		蒸気セーブ	蒸気セーブ	1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	● 蒸気量をおさえるメニューです。少しかために炊き上がります。
		ふつうおこげ	白米	1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	● おこげの香ばしさを楽しむメニューです。炊きたてがおすすです。(冷めるとおこげ部分がかわくなります。)
		炊きこみおこげ		1.0L:0.5~4 1.8L:2~6	● おこげ部分がほぐしづらかったり、食感がかわく食べづらいつと感じることがあります。● 少量の場合、おこげがつきにくいことがあります。
		ふつう	玄米	1.0L:1~4 1.8L:2~8	● 白米を混ぜて炊飯するとふきこぼれたり、うまく炊けないことがありますので、おすすできません。
		おかゆ	おかゆ	1.0L:0.5~1.5 1.8L:0.5~2.5	● 具は米の質量(重さ)の30~50%が適量です。具は小さめに切り、米の上にのせて米と混ぜずに炊きます。煮えにくい具は、やや少なめにしてください。● 青菜類は、あらかじめゆでるなどし、必ず炊き上がってから加えます。● 分づき米は炊けません。
		玄米活性	玄米	1.0L:1~4 1.8L:2~8	● 玄米を活性化させ栄養価を高めるメニューです。→P.5